

嘉義市立玉山國民中學114年03月營養午餐月菜單

廠商：佳隆農畜實業有限公司

日期	星期	主食	主菜	配菜1	配菜2	湯	水果	備註
3月3日	一	南瓜飯	白菜燒魚丁	雪菜豆干	鐵板銀芽	蘿蔔排骨湯		
3月4日	二	糙米飯	香蔥燒肉	蒲瓜炒什錦	炒美生菜	豆腐鍋	水果	鮮奶
3月5日	三	嘉義幸福米	馬鈴薯燒肉	冬瓜肉片	炒高麗菜	紫菜蛋花湯	水果	鮮奶
3月6日	四	特餐	臘味炒飯	炸雞塊(3)	蒜香白花	酸辣湯	水果	
3月7日	五	五穀飯	冬菜鴨肉	筍絲炒蛋	蒜香有機荷葉白菜	珍珠奶茶		
3月10日	一	南瓜飯	麻油雞	蛋酥白菜滷	炒美生菜	綠豆小珍珠		
3月11日	二	小米飯	香酥秋刀魚	麻婆豆腐	鐵板銀芽	玉米蛋花湯	水果	鮮奶
3月12日	三	嘉義幸福米	滷肉燥	海帶素肉	炒高麗菜	小魚乾味噌湯	水果	鮮奶
3月13日	四	特餐	麻醬麵	茶葉蛋	蒜香白花	蘿蔔排骨湯	水果	
3月14日	五	紅藜飯	蘿蔔燒肉	高麗菜炒培根	蒜香有機山菠菜	檸檬愛玉		
3月17日	一	地瓜飯	洋蔥豬柳	肉末筍茸	炒大陸妹	蘿蔔排骨湯		履歷豆奶
3月18日	二	紫米飯	糖醋魚丁	蔬菜回鍋肉	有機鐵板銀芽	關東煮湯	水果	鮮奶
3月19日	三	嘉義幸福米	韓式醬雞腿	蛋酥白菜滷	蒜香油菜	黃瓜排骨湯	水果	鮮奶
3月20日	四	特餐	鮮筍肉絲(肉羹麵)	肉包	炒油菜		水果	
3月21日	五	白米飯	梅干扣肉	和風洋芋	有機荷葉菜	紅豆湯圓		
3月24日	一	白米飯	糖醋雞肉	玉米洋芋	炒油菜	大頭菜排骨湯		
3月25日	二	麥片飯	肉燥油腐	麥克雞塊	炒大陸妹	榨菜肉絲湯	水果	鮮奶
3月26日	三	嘉義幸福米	蒲燒鯖魚	蕃茄炒豆腐	炒高麗菜	紅棗蘿蔔排骨湯	水果	鮮奶
3月27日	四	特餐	海鮮粥	滷福州丸	蒜香小白菜	冰心地瓜	水果	
3月28日	五	白米飯	筍乾豬腳	炸物	炒高麗菜	綠豆QQ湯		
3月31日	一	白米飯	洋芋燉雞肉	肉末筍茸	炒美生菜	黃瓜排骨湯		

*菜單有時會隨食材配送狀況微調。

※本校一律使用國產豬肉食材。

※請自行審視：「本菜單產品如含有不適合對其過敏體質者不宜食用」

*本產品含有甲殼類、魚類、堅果類、芝麻、花生、牛奶、蛋、含麩質之穀物、大豆等及其製品，不適合對其過敏體質者食用